

## Handsehnen-Verletzungen

# Achtung vor «steifem Finger»



**Fast die Hälfte aller Unfälle, die notfallmässig chirurgisch behandelt werden, betreffen Schnittverletzungen an Händen und Fingern. Oft reicht dann eine einfache Wundnaht – anders sieht es aus, wenn auch Sehnen betroffen sind.**

Schnittverletzungen zu Hause und in der Freizeit, verursacht beim Hantieren mit Messern und anderen scharfen Gegenständen wie z.B. Glasscherben, gehören zu den häufigsten Unfallfolgen. Viele dieser Verletzungen sind oberflächlich und bedürfen lediglich einer einfachen Wundnaht. Anders sieht es aus, wenn auch Sehnen – Strecksehnen (auf dem Handrücken deutlich zu erkennen) oder Beuge- sehnen (können in der Handinnenfläche nicht gut ertastet werden) – betroffen sind. Dann gilt es durch die behandelnde Ärztin, den behandelnden Arzt genau zu prüfen, in welchem Umfang Sehnen tangiert oder gar durchtrennt sind und gegebenenfalls die verletzte Sehne so rasch als möglich handchirurgisch zu behandeln. Denn andernfalls könnte der mit der Sehne verbundene Finger nicht mehr gestreckt oder gebeugt werden, es droht also eine Bewegungseinschränkung.

### Wichtig: die Nachbehandlung

Zwei, drei Tage nach der chirurgischen Versorgung und nach einer kurzen Ruhigstellung muss mit der spezialisierten ergotherapeutischen Behandlung begonnen werden – diese Nachbehandlung ist zur Wiedererlangung einer bestmöglichen Funktionsfähigkeit der Hand oder des betroffenen Fingers von grosser Bedeutung. Denn selbst wenn die operative Versorgung ideal verlaufen ist, so kann bei einer falschen Nachbehandlung die Bewegungsfunktion des betroffenen Fingers langfristig beeinträchtigt sein oder gar verloren gehen und es kann ein «steifer Finger» zurückbleiben. Im Rahmen dieser ergotherapeutischen Nachbehandlung stellt sich eine besondere Herausforderung, nämlich die betroffene Sehne so stark wie möglich zu bewegen (um Verklebungen im umliegenden Gewebe zu verhindern), ohne sie aber zu stark zu belasten oder gar zu überdehnen und so die Sehnennaht reissen zu lassen.

### Lange Heilungszeit

Im Rahmen der Therapie erhält die Patientin, der Patient eine spezielle, der Verletzung entsprechende Schiene angepasst. Auch wenn diese Schiene auf den ersten Blick etwas «sperrig» erscheint: Sie schafft gute Gewähr für die ideale

Lagerung und Positionierung der Hand und damit die Basis für den Behandlungserfolg. Da Handbeugesehnen anders etwa als Fingerknochen weniger gut durchblutet, somit «schlechter ernährt» sind, dauert die Heilungszeit länger an – während einiger Wochen sind manuell belastende Tätigkeiten nicht möglich, muss die Fähigkeit dafür nach und nach wieder aufgebaut werden. Die Patientin, der Patient wird darin angeleitet, einen Gegenstand zu greifen, zu umfassen, Bewegungen anzubahnen und richtig auszuführen und eine unnötige Inaktivität zu verhindern. In einer dritten und letzten Phase der Nachbehandlung, wenn die Schiene nicht mehr nötig ist, geht es um den Belastungsaufbau und die Kräftigung der Hand. Das Einhalten dieses Nachbehandlungsplans erfordert von den Patientinnen und Patienten einiges an Geduld – mit der Hilfe und Anleitung der Ergotherapeutin, ihren praktischen Tipps und Tricks für den Alltag gelingt es aber in den überaus meisten Fällen, die gewohnte Handfunktion zurückzuerlangen.

### Die Auskunftsperson



Esther Bohli  
Dipl. Ergotherapeutin HF  
Leiterin Handtherapie Bern

### Praxis:

Handtherapie Bern, Praxis für Ergotherapie  
Monbijoustrasse 73, 3007 Bern  
Tel. 031 371 03 31  
info@handtherapie-bern.ch;  
www.handtherapie-bern.ch



Extra:  
Link zur Website  
Handtherapie Bern